

ノロウイルスによる 感染性胃腸炎に注意!

ノロウイルスとは、冬季を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。

ノロウイルスは手指や食品などを介して人に感染し、嘔吐（おうと）、下痢（げり）、腹痛、発熱などの症状を引き起こします。かつてはおなかの風邪、今は嘔吐下痢症などと呼ばれている症状です。ほとんどの方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどは、重症化する場合があります。

◆予防対策と注意事項

- (1) 食事の前やトイレの後には、必ずせっけんでよく手を洗いましょう。
- (2) 生の肉や魚介類を調理した調理器具はしっかりと洗い、熱湯などで消毒をしましょう。
- (3) 下痢や嘔吐などの症状がある場合は、食品を直接取り扱うことは控えましょう。
- (4) 下痢や嘔吐の激しい場合は、脱水症状を起こさないように水分を補給してください。むやみに市販の下痢止めなどを使用せず、早めに医療機関を受診しましょう。
- (5) 加熱が必要な食品はしっかり加熱して食べましょう。カキなどの魚介類の生食は、高齢者や乳幼児の方は避けましょう。
- (6) 症状のある方の便や嘔吐物には、大量のウイルスが含まれていますので、直接手で触れないようにしましょう。
- (7) 消毒には加熱や家庭用塩素系漂白剤が有効です。便や嘔吐物の付着には約50倍希釈、調理器具やおもちゃには約250倍希釈で消毒します。容器に記載の使用上の注意等をよくご覧ください。消毒用アルコールは効果がありません。

【問い合わせ先】
健康介護支援課 ☎52-9281

お知らせ

相談

病院出前 行政相談所



総務省高知行政評価事務所では、入院・通院患者の皆さんに気軽に行政相談を利用してもらえようように、出前行政相談所（無料・秘密厳守）を開設します。

入院・通院患者の皆さんの関心が高い医療費・介護・年金・社会福祉などの問題について、関係行政機関が相談を受け付けます。

当日は、司法書士も相談に応じますので、相続・土地問題などの民事に関する困りごとについても、お気軽にご相談ください。

また、入院・通院患者以外の方も利用できます。お

催し

まんが関連施設 スタンプラリー



高知中央広域定住自立圏（高知市・南国市・香南市・香美市）では、4市に共通するまんが文化を活用する国の調査事業の一環として、圏域のまんが関連施設等を巡るスタンプラリーを実施します。

スタンプラリー達成者のうち先着300人に参加賞があります。奮ってご参加ください。

【期間】12月15日（土）～平成25年1月31日（木）

【実施場所】横山隆一記念まんが館（高知市）・タマリン館（南国市）・のいち駅（香南市）・アンパンマ

気軽に越してください。
【日時】12月11日（火）9時～14時
【場所】高知大学医学部付属病院1階ロビー
【問い合わせ先】高知行政評価事務所行政相談課
☎088・824・4100

税

記帳・記録保存制度の対象者が拡大されます

個人で白色申告される方のうち、前々年分または、前年分の事業所得・不動産所得・山林所得の合計額が300万円を超える方に必要とされていた記帳と帳簿書類の保存が、これらの所得が生じる業務を行う全ての方（所得税の申告の必要がない方を含みます）について、平成26年1月から同様に必要となります。詳細は国税

電子申告の開始



eTAX（エルタックス）とは、地方税電子化協議会が運営する地方税ポータルシステムのことで、地方税の手続き等をインターネットを利用して行うシステムです。

庁のホームページをご覧ください。
国税庁
HP <http://www.nta.go.jp>
【問い合わせ先】南国税務署
☎088・863・3215

ンミュージアム（香美市）
【対象者】高知市・南国市・香南市・香美市の市民
【問い合わせ先】政策企画財政課 ☎53・3114

走り初めの開催



新年の体育初めとして、香北町内で走り初めを開催します。お気軽にご参加ください。

【日時】1月2日（水）集合9時、出発9時10分
※雨天決行

広告

「そろそろ・・・はじめてみませんか？
太陽光発電のある暮らし！」

有限会社 サントップ
(088)872-1122

〒780-0870 高知県高知市本町5丁目5番16号
E-mail: info@suntop-co.jp FAX (088)872-6622
<http://www.suntop-co.jp> [有明会社サントップ](#) 検索

お見積り・シミュレーション無料で承ります。

おわびと訂正

人権擁護委員について

11月号16頁掲載の、香北町担当の人権擁護委員の氏名に誤りがありました。おわびして訂正します。

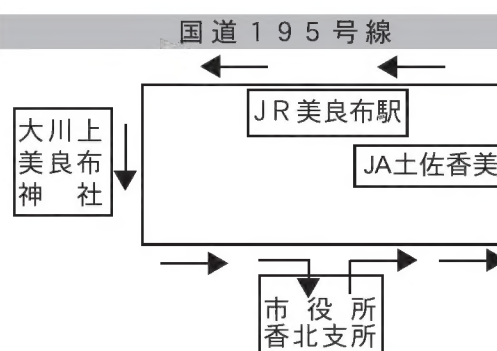
（誤）村上善和
（正）上村善和

その他

高知広域都市計画の変更（案）の縦覧

都市計画の変更案を次のとおり縦覧します。この計画について、市へ意見書を提出される方は縦覧期間内に提出してください。

【変更する都市計画】
①都市計画道路新町西町線の変更②用途地域の変更
【縦覧期間】12月3日（月）～17日（月）
8時30分～17時15分
※土・日を除く
【縦覧場所】建設課
【問い合わせ・提出先】建設課都市計画班
☎53・3119



【集合場所】市役所香北支所前
【対象者】香美市民
【コース】次の図のとおり、市役所香北支所を出発し、同支所へ帰ってくる約1.2kmのコースです。

香美市第7回
新春書初め大会

【日時】1月5日（土）9時～12時※受付9時～11時
表彰式 14時～14時30分
【場所】中央公民館

【問い合わせ先】教育委員会香北分室 ☎52・9287

高知工科大学 イルミネーション

約3万球のLEDで夜のキャンパスをライトアップします。

【日時】12月上旬～1月6日（日）18時～24時
【場所】高知工科大学
■クリスマスイベント
コンサート等のさまざまなイベントを行う予定です。
【日時】12月23日（日・祝）19時～22時
【問い合わせ先】高知工科大学学生支援部
☎53・1118